Decima Unidad Tarea#7 

Seguir Adelante.

Una de las cosas maravillosas de la decima unidad es que cuando mas lo trabajos, menos necesitamos la segunda parte. En otras palabras, no nos equivocamos tan a menudo. Cuando llegamos a la recuperación, la mayoría de nosotros no podíamos mantener ningún tipo de relación duradera, y por supuesto mucho menos una relación en la que resolviéramos los conflictos de manera saludable y con respeto mutuo. Algunos teníamos peleas terribles con la gente, y, una vez que se pasaban, jamás hablábamos de los problemas subyacentes que las causaban, o nos íbamos al otro extremo, y nunca estábamos en desacuerdo con nuestros familiares o con quienes se suponía que eran nuestros amigos íntimos. Parecía más fácil mantener las distancias que arriesgarnos a crear un conflicto que tuviéramos que abordar después. Por ultimo, otros nos alejábamos de cualquier relación en la que surgieran conflictos. No nos importaba si lastimábamos a la otra persona; nos parecía más fácil que superar un problema y establecer una relación más fuerte.

La decima unidad nos permite tener relaciones duraderas, y las necesitamos, especialmente en NA. Después de todo, dependemos los unos de los otros para vivir. Muchos nos sentimos profundamente ligados a la gente que llego a NA en la misma época que nosotros y se ha quedado en el programa. Hemos hecho servicio juntos, compartido casa, nos hemos casado y, a veces hasta divorciado de nosotros. Hemos celebrado grandes acontecimientos de nuestra vida: nacimientos, graduaciones, compras de casas, ascensos y aniversarios de recuperación. Hemos llorado las pérdidas juntas y nos hemos consolado en los momentos difíciles de la vida. Hemos influido en nuestra respectiva vida y formado una historia compartida. Somos una comunidad.

El hecho de aprender a admitir cuando nos equivocamos trae una libertad diferente a todo lo que hemos experimentado hasta ahora. Reconocer que nos equivocamos se convierte en algo tan natural que nos preguntamos porque nos daba tanto miedo. Tal vez porque sentíamos<<menos que los demás>> en tantos aspectos que admitir un error nos parecía como recelar el secreto mas profundo: nuestra inferioridad. Pero cuando descubrimos gracias al trabajo de los pasos que no éramos para nada inferiores, que valíamos lo mismo que cualquier otra persona, ya no nos parecía tan agobiante aceptar que nos equivocábamos. Empezamos a sentirnos seres plenos.

1.-¿Cómo me ayuda la decima unidad a vivir el presente?

2.-¿Qué estoy haciendo de forma diferente como resultado de la decima unidad?

Trabajar la decima unidad nos permite lograr mayor equilibrio y armonía en nuestra vida. Vemos que son mas las veces en que estamos felices y serenos que las que no lo estamos. Sentirnos mal se vuelve tan raro que, cuando nos sucede, es una señal de que hay algo equivocando. Y si hacemos un inventario personal podemos identificar rápidamente la causa de nuestra molestia.

La libertad personal que hemos ido consiguiendo desde que empezamos a trabajar los paso produce un aumento de nuestras alternativas y opciones. Disponemos de total libertad para forjarnos el tipo de la vida que queramos. Empezamos a buscar un propósito y un sentido a nuestra vida. Nos preguntamos si la forma de vida que hemos escogido ayuda al adicto que todavía sufre o hacer que el mundo sea, de alguna forma, un lugar mejor para vivir.

3.-¿Qué entendí como resultado de este trabajo?